

Đẳng sâm là vị thuốc quý, thường dùng ngâm rượu, mật ong, nấu nước uống có tác dụng bồi bổ khí huyết, rất tốt cho sức khỏe. Y học cổ truyền Trung Quốc sử dụng **đẳng sâm** thay thế nhân sâm trong nhiều bài thuốc Đông y nhưng vẫn đạt hiệu quả cao.

Vậy **đẳng sâm** là gì? Cách dùng, nơi mua và giá bán như thế nào? Bài viết xin chia sẻ một số công dụng chữa bệnh hữu ích của nó trong Đông y.

Đẳng sâm

Đẳng sâm là gì?

Đẳng sâm, hay còn gọi là **đẳng sâm**, đây là loại sâm quý của Việt Nam, tương tự như sâm ngọc linh hay sâm bổ chính, có thể thay thế nhân sâm trong các bài thuốc Đông y. Các thầy thuốc sẽ gia giảm liều lượng cho phù hợp trong thang thuốc bồi bổ sức khỏe.

Mô tả cây thuốc

Đẳng sâm thuộc dạng dây leo thân quấn, bò trên mặt đất, thường sống trong rừng. Rễ nhiều nhánh con, hình trụ dài khoảng từ 5 – 6cm, đường kính khoảng 2 – 3 cm. Đầu rễ phình to, trên vỏ rễ có nhiều sọc lồi. Lúc tươi có màu trắng về già chuyển màu vàng đậm, nhiều nếp nhăn.

Đẳng sâm rừng

Dây đẳng sâm có màu tím, không có lông tơ. Lá màu xanh, hình tim, đuôi lá nhọn, phiến lá mặt trên có lông nhung, mặt dưới nhẵn, có lông tơ rải rác, rộng 3 – 4 cm, dài 4 – 9cm.

Hoa mọc so le, màu xanh nhạt, có đài hình chuông, tràng hoa gồm 5 cánh màu tím và 5 phiến nhỏ. Lúc sắp rụng, hoa có màu vàng nhạt chia làm 5 nhụy 5 thùy, bao phấn dính gốc. Quả hình chùy tròn, màu tím sẫm, có 3 tâm bì, lúc chín sẽ nứt ra, bên trong có nhiều hạt màu nâu sẫm.

Thu hoạch và chế biến thành thuốc

Đẳng sâm được thu hoạch vào mùa đông, lúc cây đã chuyển lá vàng, rụng lá tới mùa xuân năm sau. Khi thu hoạch, người dân phải đào cả rễ sâu trên 1m và không được làm trầy xước thân rễ.

Đẳng sâm tươi sau khi thu hoạch

Khi đem về rửa sạch, ngâm nước một đêm, tiếp theo đem phơi khô. Bảo quản bằng cách đậy kín, để nơi khô ráo thoáng mát. Có 2 loại là đẳng sâm Nam (ngân đẳng) và đẳng sâm Bắc (đẳng sâm Trung Quốc, đẳng sâm tàu,...), trong các bài thuốc cổ truyền, đẳng sâm Nam được dùng nhiều hơn.

Củ sâm rừng Những công dụng của đẳng sâm

Trong Đông, đẳng sâm nam có tính bình, vị ngọt, đi vào phế và tỳ. Có công dụng bổ sung sinh tân, kiện tỳ, ích khí, dưỡng huyết sử dụng trong các trường hợp khí hư huyết hư, tỳ vị hư nhược, đại tiện lỏng, ăn kém, thể trạng mệt mỏi,...

Theo y học hiện đại, đẳng sâm có một số công dụng của nổi bật như:

- Giúp giảm mệt mỏi, tăng cường khả năng đề kháng với môi trường bên ngoài.
- Tăng cường hoạt động co bóp tim, thúc đẩy quá trình lưu thông máu cho não, chân và nội tạng.
- Tăng cường hoạt động của hồi tràng và cường độ co bóp tăng theo nếu tăng liều lượng thuốc
- Tăng lượng huyết sắc tố, hồng cầu, làm máu đông khô tan nhanh mà không có công dụng tán huyết.
- Bên cạnh đó, đẳng sâm có tác dụng tăng cường hệ miễn dịch, hạ huyết áp, hoà đàm, giảm ho, kháng viêm, kháng khuẩn.

Đẳng sâm có tác dụng gì?

Trong Đông y, người ta xem nó là vị thuốc có thể bổ khí, lại có thể bổ huyết, thường dùng trong các bài thuốc chữa bệnh tỳ vị. Một số nghiên cứu cho thấy, đẳng sâm tốt không thua nhân sâm và được sử dụng rộng rãi trong các thang thuốc Bắc, Nam.

Một số bài thuốc nổi tiếng như: tứ quan tử thang, thập toàn đại bổ, bát vị,... có thể sử dụng đẳng sâm để thay thế nhân sâm, hoặc có trường hợp sẽ kết hợp cả 2 hai loại này như kém ăn, phế hư, mệt mỏi, tỳ hư,...

Xem thêm: Nhung hươu khô – Vị thuốc bồi bổ, nhiều tác dụng tuyệt vời.

Cách dùng đẳng sâm đúng cách và hiệu quả

Hiện nay, trong dân gian có nhiều cách sử dụng như đẳng sâm ngâm rượu, mật ong, sắc nước uống,... Dưới đây là hướng dẫn sử dụng đẳng sâm đúng cách và hiệu quả, mời bạn tham khảo:

Đẳng sâm ngâm rượu

Cách ngâm rượu đẳng sâm tươi:

Nguyên liệu chuẩn bị: Đẳng sâm tươi 500g, rượu nếp 1 lít.

Cách thực hiện: Lấy sâm đi rửa sạch bụi bẩn, đất cát. Tiếp theo, ngâm dược liệu với nước muối khoảng 30 phút. Sau đó, bạn sắp xếp củ sâm đẹp mắt rồi bỏ rượu vào. Đậy nắp rượu kính, ngâm khoảng 1 tháng thì có thể sử dụng.

Có thể kết hợp ngâm cùng với sâm đại hành và câu kỷ tử để tăng hiệu quả bồi bổ khí huyết.

Đẳng sâm ngâm rượu

Cách ngâm rượu sâm khô:

Chuẩn bị: 500g sâm khô, 4 lít rượu trắng.

Cách thực hiện: Sử dụng đẳng sâm khô cho vào bình thủy tinh ngâm rượu, đổ rượu ngập bình. Ngâm ít nhất trong 3 tháng là uống được, rượu càng ngâm lâu uống càng bổ.

Rượu đẳng sâm **Sâm ngâm mật ong**

Để ngâm sâm với mật ong, bạn cần lựa chọn những củ to, đều, vỏ ngoài có màu vàng nhạt, mùi thơm đặc trưng. Khi sơ chế củ sâm, bạn nên ngâm với nước muối pha loãng khoảng 30 phút để loại bỏ vi khuẩn, nấm, bụi bẩn. Tiếp theo, đem thái lát, phơi khô ngoài trời nắng.

Khi đã sơ chế xong, làm bài thuốc như sau: Trộn sâm cùng với mật ong rồi cho vào bình kín, đậy nắp lại, để khoảng 5-10 ngày cho thấm. Dùng trước khi ăn khoảng 30 phút, mỗi lần 3-5 lát, bài thuốc này rất tốt cho người gặp vấn đề về tiêu hóa, kém ăn, suy nhược cơ thể.

Đẳng sâm ngâm mật ong **Một số bài thuốc chữa bệnh từ đẳng sâm**

Bạn có thể áp dụng một số bài thuốc sử dụng đẳng sâm để điều trị bệnh như sau:

Bồi bổ cơ thể, chữa mệt mỏi, thận hư

Nguyên liệu: 15g đẳng sâm, 5g tắc kè, 2g trần bì, 2g huyết giác, 1g tiêu hồi, 300ml rượu.

Cách thực hiện: Đem nguyên liệu rửa sạch, thái nhỏ ngâm rượu 30 ngày thì có thể dùng. Mỗi ngày bạn chỉ dùng khoảng 50ml.

Trị rối loạn tiêu hóa

Nguyên liệu: 50g đẳng sâm khô, đương quy, ngưu tất, mạch môn, đương quy mỗi vị 15g.

Bài thuốc: Đem tất cả các vị thuốc sắc, mỗi ngày uống 1 thang.

Bài thuốc chữa tiêu chảy, ăn không ngon

Nguyên liệu: 25g đẳng sâm, đương quy, bạch truật, ba kích, mỗi vị 15g.

Bài thuốc: Đem sắc nước uống hoặc nghiền nhỏ rồi vo thành viên nhỏ. Mỗi ngày dùng từ 15 – 20g.

Bài thuốc chữa mệt mỏi, người già đau nhức

Nguyên liệu: 50g đẳng sâm khô, long nhãn, đương quy, ngưu tất (cây cỏ xước), mạch môn, mỗi vị 15g.

Bài thuốc: Đem tất cả vị thuốc rửa sạch, sắc uống mỗi ngày 1 thang thuốc.

Công dụng của đẳng sâm

Bài thuốc trị ho

Nguyên liệu: Đẳng sâm khô, ý dĩ, hoài sơn, mỗi vị 15g, trần bì 10g, bạch truật 10g, xuyên tiêu

5g.

Bài thuốc: Đem tất cả các nguyên liệu trên sắc với nước. Mỗi ngày uống 1 thang thuốc.

Lưu ý khi sử dụng

- Không được nấu đẳng sâm cùng với hải sản, củ cải, lê lô hay pha trà quá đặc.
- Sử dụng đúng liều lượng, không tùy ý thêm các vị thuốc khác nếu chưa hỏi ý kiến của thầy thuốc.
- Các đối tượng: phụ nữ đang mang thai, người bị khí trệ, trẻ em dưới 2 tuổi, người bị dị ứng với thành phần thảo dược nên tham khảo ý kiến thầy thuốc trước khi sử dụng.
- Nên dùng thường xuyên để thấy hiệu quả tích cực.

Hình ảnh cây đẳng sâm **Đẳng sâm giá bao nhiêu, mua ở đâu chất lượng?**

Hiện nay, đẳng sâm trên thị trường được rao bán tràn lan, thật giả lẫn lộn, khó mà phân biệt được. Do đó, bạn cần chọn lọc thông tin, lựa chọn nơi bán uy tín, chất lượng, giá cả hợp lý. Omega Việt Nam tự hào là địa chỉ bán đẳng sâm Nam có truyền thống lâu đời, cam kết cung cấp “hàng thật, giá thật”, được nhiều người tiêu dùng tin tưởng và chọn lựa. Do đó, bạn hoàn toàn yên tâm khi mua hàng tại Omega3.vn

Liên hệ mua hàng:

Omega Việt Nam – Vì sức khỏe cộng đồng

- Giá bán: 400.000 đồng/kg
- Mua trực tiếp: 62/1/28 Trương công Định, P14, Q. Tân Bình, TPHCM
- Đặt hàng: 0902743250
- Website: FIFA4.NET.

Đẳng sâm nam Đẳng sâm Việt Nam

Như vậy, các thông tin về đẳng sâm đã được giải đáp khá đầy đủ trong bài viết. Nếu còn thắc mắc gì về công dụng của nó, mời bạn để lại bình luận bên dưới, hoặc gọi đến số hotline: 0902743250 để được tư vấn.

Thông tin mua hàng

Omega Việt Nam – Vì sức khỏe cộng đồng

Địa chỉ: 62/1/28 Trương Công Định, P. 14, Tân Bình, TP. HCM

SĐT đặt hàng: 0926 456 456

Giá bán: 400.000 VNĐ/KG

<https://fifa4.net/>

Bài viết [Đẳng sâm – Vi thuốc quý cho người nghèo và cách dùng hiệu quả](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [FIFA ONLINE 4](#).

Nguồn: FIFA ONLINE 4

<https://fifa4.net/dang-sam-vi-thuoc-quy-cho-nguoi-ngheo-va-cach-dung-hieu-qua/>

Xem thêm tại:

https://drive.google.com/drive/folders/1-0bVOVvGLHaDfWs3B_LKIlqWNYqgo9pF